

Tipi Psicologici

Jung osservava che differenze apparentemente casuali fra le persone, potessero essere addebitate ad un modo diverso con cui le persone stesse preferiscono usare la propria mente nell'affrontare la realtà: l'utilizzo preponderante della percezione o del giudizio.

Per **percezione** si intendono quella serie di processi per divenire coscienti di cose, persone, avvenimenti o idee.

Per **giudizio** si intendono tutti quei processi che permettono di giungere ad una conclusione rispetto a ciò che viene percepito.

In breve: *la percezione fornisce la misura di ciò che noi vediamo, il giudizio di ciò che decidiamo di fare.*

Ci sono due modi di “percepire” e due modi di “giudicare”.

Possiamo **percepire (P)** la realtà attraverso:

- **La Sensazione (S)**
- **L'Intuizione (N)**

La **sensazione** è quel processo che ci permette di entrare in contatto con la realtà attraverso i nostri cinque sensi.

L'**intuizione** è una percezione della realtà mediata dall'inconscio e accompagnata da idee od associazioni che l'inconscio aggiunge alle percezioni provenienti dall'esterno.

E' importante sottolineare, che entrambi i processi sono potenzialmente accessibili all'individuo, ma nell'analizzare la realtà uno verrà preferito all'altro. Fin da bambino, e durante il periodo della crescita l'individuo diverrà sempre più competente nel percepire (o giudicare nel caso del giudizio) la realtà in un modo piuttosto che in un altro.

- Coloro che usano la sensazione sono così interessati alla realtà che li circonda, che non sono motivati ad ascoltare idee fuori dal comune.
- Coloro che usano l'intuizione, viceversa, sono così interessati ai significati ed alle possibilità che la situazione può proporre, da non essere coinvolti più di tanto dalla realtà che hanno davanti agli occhi.

Se in questo momento state porgendo la vostra attenzione semplicemente a ciò che è scritto su queste pagine, state utilizzando la *sensazione*. Se contrariamente state “leggendo fra le righe”, e siete attenti alle possibilità che vi sorgono nella mente, state utilizzando l'*intuizione*.

Possiamo **giudicare (J)** la realtà attraverso:

- **Il Pensiero (T)**
- **Il Sentimento (F)**

Il pensiero è quel processo logico che permette di giungere a conclusioni di carattere impersonale.

Il sentimento è quel processo logico che consente di giungere a conclusioni di carattere personale.

Mentre il pensiero favorisce l'individuo nell'organizzare fatti ed idee, il sentimento gli permette di gestire meglio le relazioni umane.

Se state cercando di giudicare le idee fin qui espresse secondo un criterio “vero-falso”, state utilizzando il *pensiero*. Se invece le stesse idee vi sono più o meno congeniali, state utilizzando il *sentimento*.

La variabile “Introversione-Estroversione”

Jung sostiene che vi siano due direzioni in cui incanalare le proprie energie derivate dal modo di percepire e di giudicare il mondo:

- All'interno di sé, analizzando le idee ed i concetti (Introversione)
- All'esterno di sé, verso le persone e le cose (Estroversione).

Più riflessivo il primo, più portato all'azione il secondo, più difficile da conoscere il primo in quanto più profondo ma anche meno portato a mostrarsi, ad entrare in relazione con gli altri.

Giudizio o Percezione?

Ognuno di noi ha un modo preferenziale di “vivere” la propria vita, basandola prettamente sulla percezione o sul giudizio. Non si può adoperare uno solo di questi due approcci all’ambiente, ma si tenderà a preferire uno all’altro. Se state seguendo questo testo con mente aperta state seguendo più la *percezione* che il giudizio. Se cercate di essere in accordo od in disaccordo state utilizzando il *giudizio*.

- Le persone che utilizzano prevalentemente il giudizio, escludono la percezione non appena è possibile, in quanto ormai la “decisione è stata presa”.
- Le persone che utilizzano prevalentemente la percezione “lasciano sempre una finestra aperta”, e tendono ad aspettare a prendere una decisione finché non hanno tutti gli elementi in mano.

I 16 Tipi nascono dalle diverse combinazioni tra le preferenze

- | | | |
|-----------------|-------------------|-------------------|
| • ATTEGGIAMENTO | E (ESTROVERSIONE) | I (INTROVERSIONE) |
| • PERCEZIONE | S (SENSING) | N (INTUITION) |
| • GIUDIZIO | T (THINKING) | F (FEELING) |
| • PREVALENZA | J (GIUDIZIO) | P (PERCEZIONE) |

Jung sottolinea come nella personalità c’è molto di più del proprio Tipo: un Tipo ad esempio ENFP è come tutti gli altri ENFP, come qualcun altro ENFP, come nessun altro ENFP.

Il tipo è diverso dallo stereotipo che è un “pensiero organizzativo”, uno schema, una raffigurazione di gruppo largamente condivisa che guida conoscenze e comportamenti sociali delle persone e che può diventare pregiudiziale e generalizzante.

Combinazione di S ed N con T ed F

Entrambi i tipi di percezione possono combinarsi con i rispettivi tipi di giudizio. Le combinazioni possibili danno luogo a quattro “temperamenti”:

1. **ST** Sensazione più Pensiero: “tradizionalista”
2. **SF** Sensazione più Sentimento: “sperimentatore”
3. **NF** Intuizione più Sentimento: “idealista”
4. **NT** Intuizione più Pensiero: “concettualizzatore”

Individui che sono caratterizzati dalla stessa combinazione vanno maggiormente d’accordo fra di loro, in quanto hanno la tendenza a trovare interessanti le stesse cose, per la similarità della percezione, ed a considerare importanti le stesse cose a causa della similarità del giudizio.

Contrasti fra persone possono sorgere se appartengono a diadi diverse, in quanto tendenzialmente non accettiamo una persona differente da noi. Tali conflitti possono essere facilmente risolti se ci rendiamo conto che l’altro ci permette di avere una visione complementare della realtà, la visione di una realtà che noi non vediamo.